

Cornelia Maria Trentl

Jumpys Bewegungskartei

Spielideen für eine
lebendige Pause



myrtelverlag

Lehrer entwickeln für Kinder

**BRIGG
VERLAG**
F.-J. Büchler KG





Vorwort

Kinder, die in die Schule kommen, bringen eine hohe Lernbereitschaft, gleichzeitig aber auch ein großes Bewegungsbedürfnis mit. Dieses gilt es zu vereinen und nicht gegeneinander auszuspielen. Die bewusste Einbeziehung von Bewegungs- und Sinneserfahrungen ermöglicht nicht nur einen guten Zugang zum Kind, sondern bietet auch viele Anlässe für ganzheitliches Lernen. Dazu gehört auch eine Rhythmisierung des Unterrichts: durch den Wechsel von Belastung und Entspannung, das Einlegen kurzer Bewegungspausen entsprechend den Aufmerksamkeitsspannen und den situativen Bedürfnissen der Kinder.

Anregungen hierzu gibt „Jumpys Bewegungskartei“. Hier finden sich viele Spiele für eine aktive Pause. Neue Spielideen und auch erprobte Spiele in einer neuen Verpackung regen dazu an, sich in der Pause mehr zu bewegen. Die Spiele können zudem von den Kindern auch eigenständig, ohne Anleitung, gespielt werden. Nach einer aktiven Pause fällt es den Kindern leichter, sich dem Unterricht zuzuwenden und erfolgreich zu lernen.

Jumpys Bewegungskartei ist übersichtlich aufgebaut, 87 kindgerecht gestaltete Karteikarten enthalten viele Spielideen, die einerseits zur Auflockerung des Unterrichts dienen können, andererseits tragen sie auch zur Unterstützung motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten bei. Die Spielesammlung eignet sich also auch zur Bereicherung des Sportunterrichts. Hilfreich ist auch, dass die Spiele nur wenig Material beanspruchen.

Viel Spaß mit dem Hasen Jumpy, der die Kinder bei den Spielen begleitet!

A handwritten signature in black ink, appearing to read "R. Zimmer". The signature is fluid and cursive, with a large, stylized 'R' at the beginning.

Prof. Dr. Renate Zimmer
Direktorin des Niedersächsischen Instituts für frühkindliche Bildung und Erziehung



Geschicklichkeitsspiel

1

ab 2 Kinder

Material: 1 Seil, 5 Reifen, 5 Steinchen

Radieschen werfen

Legt das Seil als Markierungslinie gerade auf den Boden und stellt euch dahinter auf. Vor das Seil legt ihr in einem frei gewählten Abstand fünf Reifen hintereinander, das sind eure Gemüsebeete.

Ihr seid nun die Hasen. Der Reihe nach erhält jeder von euch fünf Steinchen, das sind die Radieschen. Sobald ihr an der Reihe seid, versucht ihr, sie in die Gemüsebeete zu werfen.

Je weiter das Gemüsebeet, das ein Hase mit einem Radieschen getroffen hat, vom Seil entfernt ist, desto mehr Punkte erhält der Hase: Bleibt sein Radieschen beispielsweise auf dem Gemüsebeet liegen, das dem Seil am nächsten ist, so erhält er einen Punkt. Bleibt es auf dem Gemüsebeet dahinter liegen, gibt es zwei Punkte für ihn, trifft er das entfernteste Gemüsebeet, so erhält er fünf Punkte. Die Punkte aus allen fünf Versuchen werden zusammengezählt.

Jumpy wird derjenige von euch, der am Ende die meisten Punkte hat.



2 Kinder

Material: –

Vorderpfotenkampf

Ihr seid zwei Hasen. Stellt euch gegenüber und geht in Liegestützposition: Ihr bleibt mit den Zehenspitzen, euren „Hinterpfoten“, und den Händen, euren „Vorderpfoten“, am Boden. Euer Rücken sollte eine gerade Linie bilden.

Ein Hase gibt das Startkommando. Daraufhin versucht ihr, mit einer eurer Vorderpfoten die Vorderpfoten des anderen Hasen vom Boden wegzuziehen, sodass er umfällt.

Jumpy wird derjenige von euch, der länger in der Position stehen bleiben kann.



Hasenfreundschaft

Alle Mitspieler sind Hasen. Ein Hase wird zum Jumpy bestimmt. Bei sehr vielen Mitspielern könnt ihr auch einen zweiten Jumpy auswählen.

Jumpy muss versuchen, die anderen Hasen zu fangen. Halten sich zwei Hasen an den Vorderpfoten, also ihren Händen, bewahrt sie ihre Hasenfreundschaft davor, gefangen zu werden.

Es können jedoch immer nur zwei Hasen befreundet sein: Wird ein Hase von Jumpy verfolgt und sucht Schutz durch eine Hasenfreundschaft, kann er dem Hasen einer Zweiergruppe die Vorderpfote geben und der Hase, der dessen andere Pfote hält, muss die Hasenfreundschaft verlassen.

Wird ein Hase gefangen, tauscht er mit dem jeweiligen Jumpy die Rolle und ruft laut seinen Namen, damit alle Hasen informiert sind, wer gerade Jumpy ist.



Pfotenknoten

Alle Mitspieler sind Hasen und stellen sich in einem Kreis auf.

Ihr schließt nun alle die Augen und lauft sehr vorsichtig mit nach vorne gestreckten Vorderbeinen, also Armen, in die Mitte.

Sobald ihr die Vorderpfote eines anderen Hasen berührt, haltet ihr sie fest. Wenn ihr bereits beide Pfoten einem anderen Hasen gegeben habt, teilt ihr es den anderen kurz mit.

Wenn kein Hase mehr eine Vorderpfote frei hat, öffnen alle die Augen. Ihr versucht nun, den „Pfotenknoten“ zu entwirren, ohne die Vorderpfoten der anderen loszulassen: Steigt solange über die Vorderbeine der anderen hinüber, bis eine Kette entsteht, in der ihr alle nebeneinander stehen könnt.



ab 3 Kinder

Material: 2 Seile

Jägeralarm

Legt zwei Seile als Markierungslinien in einem größeren, frei gewählten Abstand gegenüber auf den Boden.

Ihr seid nun die Hasen und stellt euch nebeneinander vor das Startseil. Bestimmt einen Hasen, der den „Jägeralarm“ auslöst. Dieser Hase stellt sich mit dem Rücken zu den übrigen Hasen hinter das andere Seil. Sobald er in die Vorderpfoten, seine Hände, klatscht, lauft ihr los und versucht, möglichst schnell hinter das andere Seil zu gelangen.

Der Hase, der das Seil als erster überquert, wird Jumpy und darf beim nächsten Durchgang den Alarm auslösen.



Die Positionen, aus denen ihr startet, könnt ihr auch verändern: Beispielsweise können alle Hasen aus dem Sitzen starten oder sie schauen in die andere Richtung und müssen sich vor dem Loslaufen erst umdrehen.



Deutschunterricht für kleine Hasen



Alle Mitspieler sind Hasen und springen nacheinander zu der aufgemalten Buchstabenschlange.

Ein Hase wird zum Jumpy bestimmt. Er ruft dem Hasen, der gerade an der Reihe ist, ein Wort zu. Der Hase muss ein- oder beidbeinig in der richtigen Abfolge auf die einzelnen Buchstaben des Wortes hüpfen.

Die anderen Hasen überprüfen, ob ihm das fehlerfrei gelingt. Berührt er alle Buchstabenfelder in der richtigen Reihenfolge, wird er beim nächsten Durchgang neuer Jumpy. Gelingt es ihm nicht, startet der nächste Hase mit einem neuen Wort.



ab 2 Kinder

Material: 1 Tisch, 1 Stoppuhr, Wasser; pro Kind: 1 Eimer, 1 Messbecher und 1 Schwamm

Hasentränke auffüllen

Stellt pro Mitspieler einen Messbecher auf den Tisch, das ist seine Hasentränke. Außerdem stellt ihr in einem größeren, frei gewählten Abstand zum Tisch pro Mitspieler einen Eimer auf, der mit Wasser gefüllt ist.

Ihr seid nun die Hasen und jeder von euch erhält einen Schwamm. Bestimmt einen Hasen, der das Startkommando gibt und die Zeit stoppt. Daraufhin versucht ihr, mit eurem Schwamm möglichst viel Wasser aus eurem Eimer aufzusaugen. Lauft mit dem vollgesogenen Schwamm zu eurer Hasentränke und drückt ihn dort aus.

Jumpy wird derjenige von euch, der nach zwei Minuten die größte Menge Wasser in seiner Tränke angesammelt hat.



ab 3 Kinder

Material: 1 weicher Ball

Ratehase

Alle Mitspieler sind Hasen und stellen sich nebeneinander auf. Ein Hase wird zum Jumpy bestimmt.

Jumpy steht in kurzer Entfernung von euch und denkt sich ein Wort aus. Er sagt euch, um was es sich handelt (ein Tier, ein Land, eine Frucht etc.) und mit welchem Buchstaben das Wort beginnt. Dann wirft er jedem von euch den Ball der Reihe nach zu.

Sobald ihr den Ball gefangen habt, dürft ihr raten, welches Wort gesucht wird. Anschließend werft ihr den Ball zurück. War es nicht das gesuchte Wort, so wirft Jumpy den Ball eurem Nachbarhasen zu. Habt ihr jedoch das richtige Wort genannt, ruft Jumpy „Ratehase!“, wirft den Ball gerade in die Höhe und läuft weg.

Der Hase, der das Wort erraten hat, holt sich schnell den Ball und schreit „Stopp!“. Jumpy muss dann stehen bleiben und der Ratehase versucht, ihn abzuwerfen. Schafft er es, tauschen die beiden ihre Rollen, sonst beginnt das Spiel mit dem gleichen Jumpy von vorne.



87 Karteikarten

Die Autorin: **Cornelia Maria Trentl** ist engagierte Gymnasiallehrerin für Sport, Latein und Deutsch als Fremdsprache. Besondere Freude hat sie als Sportlehrerin an der „bewegten Pause“, die sie mit vielen Ideen im Grundschulbereich umsetzt.



© Myrtel® Verlag

ISBN 978-3-95709-322-6

Best.-Nr. 322



9 783957 093226



© Brigg Verlag KG

ISBN 978-3-95660-028-9

Best.-Nr. 028



9 783956 600289

1. Auflage 2017

Alle Rechte vorbehalten.

Illustrationen: Corina Beurenmeister

Satz: PrePress-Salumae.com, Kaisheim

Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Nutzung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages. Hinweis zu § 52 a UrhG: Weder das Werk noch seine Teile dürfen ohne eine solche Einwilligung eingescannt und in ein Netzwerk eingestellt werden. Dies gilt auch für Intranets von Schulen und sonstigen Bildungseinrichtungen.

www.myrtel.de

www.brigg-verlag.de